

30 de noviembre en el CCCB\* Barcelona

# "VIVA LA VIDA"

Creciendo en bienestar emocional

Inscríbete gratuitamente

## Henka Videopodcast Hall

Presentado por Carla Rubio y Pau Joan Miquel



12:00h

**Bienvenida**

12:05h – 12:15h

**Sesión de *mindfulness***

Mario Ciccrossi

Agente de atención espiritual del Hospital Sant Joan de Déu Barcelona (HSJD)

12:15h – 14:00h

**Videopodcast**

Presentan

**Carla Rubio**

Presentadora del programa "Ets un motivat" y otros programas de la plataforma 3Cat

**Pau Joan Miquel**

Colaborador del programa "Ets un motivat" de Som EVA

Con la participación de



**Lucia Hormigo**

Poeta y *influencer* capaz de transformar emociones en versos



**Conxita Herrero**

Ilustradora y autora de cómicos con un estilo único



**Belén Barenys**

Actriz, bailarina y defensora activa de la salud mental

15:00h – 18:00h

**Videopodcast**

Con la participación de



**Arnau Blank**

Exmiembro del grupo *Arnau Griso* reconocido por sus letras positivas



**Ander Puig**

Actor cautivador de audiencia a través de personajes complejos en series como *Élite*



**Juan Carlos Vicente**

Preparador físico, entrenador personal reconocido en el ámbito del *fitness* y la salud



**AmplificARTE**

Proyecto educativo de la Fundación Princesa de Girona, a manos de Paula Frei y Guillem Alguersuari

18:00h – 18:30h



**Concierto de clausura**  
con Sofia Coll

